

2020年10月6日(火)

老球の細道566号

私の「GO TO イベント」

会津バスケットボール協会 室井 富仁

最近 U-12、U-15、U-18 の様々なカテゴリーにおける会津地区大会、県大会などを観戦する機会に恵まれた。巷では「GO TO イベント」がトレンドイなので、私のイベントは言わずもがな「バスケットボール大会」である。右手に「体温記録表」、左手に「コーヒーマット」を携えて、どのようなチームが台頭しているのか、どのような選手が育っているのかワクワク気分でそれぞれの体育館へ出かけた。

色々なゲームを観戦しているうちに、トルストイの「アンナ・カレーニナ」の中に記されている有名な文章が思い出された。「幸福な家庭は全て互いに似通っているが、不幸な家庭はどこもその趣が異なっている」。この一節を今回のバスケットボールの試合に置きかえると、「負けるチームは皆同じようなことが原因で負けるが、勝つチームはそれぞれに色々な要素で勝っている」。ボールをフロントコートまで運べないような力の差があるゲームは別だが、20点、30点差のつく大差のゲームと一桁差の僅差のゲームにおいて負けるチームはだいたい皆互いに似通っていた。

大差で負けるチームの主な原因は二つあると思う。一つは、トランジションディフェンスの未熟さである。オフェンスを失敗した後のハリリバックが遅く、相手チームに簡単にアウトナンバーで攻撃されイージーシュートを決められる。短時間で得点アップは必然である。5:5で守れば、そんなに簡単にシュートを決められることはない。もう一つは、ディフェンスリバウンドが取れなくてオフェンスにセカンドシュートを決められることである。1回のシュートでコンスタントにシュートを決められるチームはまれである。ほとんどはリバウンドシュートが得点源になっている。シュート数が増えれば当然得点力もアップする。

だから、次に同じようなチームと戦い番狂わせを起こすには、ディフェンスのハリリバックとディフェンスリバウンドを徹底して練習すればよい。ハリリバックで常に5:5でディフェンスする、ディフェンスリバウンドの徹底で相手のセカンドシュートを皆無にする。私が過去にアップセットで勝利を得たゲームは皆この戦略だった。

実力が拮抗して一桁差の僅差で負けるゲームもだいたい二つ原因があると思う。一つは、フリースローミスである。後でスコアブックを顧みると必ず「あの時の1本」が影響している。普段の練習でのフリースローをいかにゲームライクで行うかが鍵である。二つは、ゲーム終盤の凡ミスである。イージーシュートを落とす、パスミスをする等は決定的なミスとなり眠れない夜が続く。ゲーム終盤までの体力が不足していると集中力に影響し、決定的なミスを引き起こす。

敗因をメンバーの良し悪しや選手のメンタルのせいにしては、いつまでたっても同じチームに同じような負け方しかできない。敗因を分析し、それをゲームシチュエーションの練習で解決するしかない。色々な大会が番狂わせのゲームで満ち溢れますように。